



目 录

CONTENS

上 册

幽默的力量	王传海(1)
永远幸福	佟可竟(4)
根,波浪一样外出	张绍民(7)
亮在需要处	王安雄(10)
生存的证据	高 尚(12)
永恒的天职	安 雄(16)
让我的灵魂陪你流泪	潇 影(18)
愿望,应在今生实现	玄 玄(21)
奇妙的不眠之夜	小李 译(23)
坚硬的荒原	阿塞·恩里克·罗多(25)
人不能向生活称臣	关庚寅(30)
自由与生命	索尔·贝洛(32)
一片树叶	东山魁夷(35)



创造宣言	陶行知 (38)
你将听到蠢人的评判	普希金 (43)
内 外	瞿秋白 (45)
生命的颂歌	郭小川 (47)
清白做人	韩 文 (53)
生命的五种恩赐	马克·吐温 (55)
献 曝	老 舍 (60)
我所知道的康桥	徐志摩 (63)
铸材成器之方	胡 适 (77)
失落与追回	晓 舟 (79)
酸葡萄反应	陈汉平 (81)
记住我	泰斯特 (84)
新年试笔	冰 心 (86)





生命的价值·····	试 翼(89)
卵石的光华·····	叶倾城(91)
换封面·····	夏保成 译(94)
把敌人变成人·····	摩 罗(96)
心的存折·····	孙玉红(99)
幽默是青春的伴侣 ·····	刘兆林(101)
和自己下棋 ·····	乔 叶(105)
成功的人生 ·····	邓 皓(110)
灵魂的浴间有把锁 ·····	佟可竟(112)
个人的不幸算什么 ·····	湛 容(116)
临街的窗口 ·····	秦 威(120)
悬崖上的一课 ·····	莫顿·亨特(124)
快乐是一种选择 ·····	阿戴尔·拉腊(128)

下 册

厄 运 ·····	戴伯拉·本顿(131)
黄瓜的吃法 ·····	乔 叶(133)



鸟与人	佚名(136)
读懂岁月	关小兰(141)
生活中总有冰山	孙惠芬(143)
让苦难芬芳	乔叶(148)
老人与树叶	佚名(151)
珠峰下,那一片寂静的墓地.....	夏林(154)
看丹麦人钓鱼	许华林(158)
元旦夜	白玲玲(161)
点 火	谢丰(166)
放弃伪装	罗西(170)
街对面的注视	夏蓉·韦达(174)
给先生们的话	陈晓星(179)
白皮鞋	阿卜·白克尔(183)





善待每个人	陆培俊/译(188)
执手之盟	陈 洁(191)
秋天的农事	王连明(194)
讲个故事骗骗她吧	苏 南(199)
最是时光消人	傅厚蓉(202)
沉入你的海底	茹 青(206)
GOODBYE 了,心中的他	白 洁(212)
我没有读懂的爱情	翦矛戈(216)
梧桐树的故事	郑诗情(224)
十二年的轮回	邹 雅(228)
论求知	培 根(241)



持续的努力总会带来丰硕的结果，——幸运的真正来源就在于此。



厄 运

○○……戴伯拉·本顿

厄运并不总是致命的，厄运也并不总是长久存在的。生命是一种循环的过程，好事变坏事、坏事变好事的情况是经常发生的。有时候，厄运甚至就是一种幸运，就是一种难得的契机，因为它将你逼到了不得不选择去走另一条路的地方，而当你一旦踏上了这一条新路，成功可能就在向你招手了。

不论在什么时候发生了什么事情，你都要记住：厄运与幸运往往是交替出现的。当幸运来临时，固然要把握它，利用它；而当事情开始向坏的方面转化时，或者，当所谓厄运当头的时候，就要当机立断地采取行动，将厄运的影响降低到最小，并努力摆脱它所带来的阴影，让生命开始新的征程。



思考，勇气，再加上努力的行动，厄运就会对你无可奈何，而幸运就会经常光顾于你。

持续的努力总会带来丰硕的结果，——幸运的真正来源就在于此。



也许，我们只有这样。不然，我们还能够怎样呢？
既然我们没有能力去留甜不留苦地来肢解百味相融的生活，那么，就只有从首到尾地将它细细地体验一番，然后，把它修炼成一道绝伦的佳肴。

黄瓜的吃法

○○……乔 叶

一次，我和一位同学一起去医院看望过去的一位老师。在医院里，我们恰好碰到了老师的女儿。当我们辞别老师，走出医院大门的时候，同学不由得叹道：“没想到老师桃李满天下，却都是为别人育果。自己家的田地倒荒了，——他的女儿，不是什么成器之人。”

“你怎么知道？”

“我在一边，悄悄地看到她吃了两根黄瓜。”她笑道。

“吃黄瓜怎么了？”我更加奇怪。

“你没注意吗？她吃黄瓜只吃瓜首，吃过瓜首就把



后面的部分都扔掉了。谁都知道瓜首好吃，瓜尾难吃。可是都像她这样吃法，一两根黄瓜也就罢了，一辈子的光景怎么能够撑下去呢？”

我默然。心里却产生了深深的认同之感。是的，黄瓜的瓜首由蒂而生，养料充分，口味清甜，新鲜醇爽。而瓜尾却如人的发梢一样，因为滋补不及而枯燥淡寡，贫白如水。但是，谁能够让黄瓜只生首不生尾呢？既然它不可抗拒地生了瓜尾，那瓜尾就不是为了让你去轻轻松松地放弃，去逃避，去割舍，而是必须由你去迎接，去承担，去面对。只有如此，我们才能够真正击败这难以下咽的瓜尾，才能够在超越它的同时，去真正地品味、欣赏和珍惜瓜首的甘美。——如我们多风多雨的旅程里，你决不能够只去迷恋绚丽的虹霓和幽艳的景致，更应当用你的脚步去踏实地丈量苛酷的霜雪，让你足底的血泡在严寒里，绽放成坚强的梅花。

也许，我们只有这样。不然，我们还能够怎样呢？既然我们没有能力去留甜不留苦地来肢解百味相融的生活，那么，就只有从首到尾地将它细细地体验一番，

然后，把它修炼成一道绝伦的佳肴。

“喂，你说，”同学忽然又笑道，“我把吃黄瓜这样的小事和人家一辈子的大事扯到一起，是不是有点儿小题大做？”

我摇摇头。也许，在很多人眼睛里，这确实是有
点儿小题大做，但是，我从来没有这么认为。人生中有
多少大事不是先由这样的小事来看出精确的端倪和
遥远的未来的呢？而這些小事。在某种意义上，也积
累和酝酿出了以后的结果。所以，从这个角度来看，
在我的心里，世界上没有什么小事，没有。



鸟与人

○○……佚名

小鸟问它父亲：“世上最高级的生灵是什么？是我们鸟类吗？”

老鸟答道：“不，是人类。”

小鸟又问：“人类是什么样的生灵？”

“人类……就是那些常向我们巢中投掷石块的生灵。”

小鸟恍然大悟：“啊，我知道啦！……可是，人类优于我们吗？他们比我们生活得幸福吗？”

“他们或许优于我们，却远不如我们生活得幸福！”

“为什么他们不如我们幸福？”小鸟不解地问父亲。

老鸟答道：“因为在人类心中生长着一根刺，这根刺无时不在刺痛和折磨着他们，他们自己为这根刺起了个名字，管它叫做贪婪。”

小鸟又问：“贪婪？贪婪是什么意思？爸爸，您知



道吗？”

“不错，因为我了解人类，也见识过他们内心那根贪婪之刺，你也想亲眼见识吗？”

“是的，爸爸，我想亲眼见识见识。”

“这很容易，若看见有人走过来，赶快告诉我，我让你见识一下人类内心那根贪婪之刺。”

少顷，小鸟便叫了起来：

“爸爸，有个人走过来啦！”

老鸟对小鸟说：

“听我说，孩子。待会儿我要自投罗网，主动落到他手中，你可以看到一场好戏。”

小鸟不由得十分担心，说：

“如果您受到什么伤害……”

老鸟安慰它说：“莫担心，孩子，我了解人类的贪婪，我晓得怎样从他们手中逃脱。”

说罢，老鸟飞离小鸟，落在来人身边，那人伸手便抓住了它，乐不可支地叫道：

“我要把你宰掉，吃你的肉！”

老鸟说道：“我的肉这么少，够填饱你的肚子吗？”



那人说：“肉虽然少，却鲜美可口！”

老鸟说：“我可以送你远比我的肉更有用的东西，那是三句至理名言，假如你学到手，便会发大财！”

那人急不可耐：“快告诉我，这三句名言是什么？”

老鸟眼中闪过一丝狡黠的目光，款款说道：

“我可以告诉你，但是有条件：我在你手中先告诉你第一句名言；待你放开我，我便告诉你第二句名言；等我飞到树上之后，才会告诉你第三句名言。”

那人一心想尽快得到三句名言，好去发大财，便马上答道：

“我接受你的条件，快告诉我第一句名言吧！”

老鸟不疾不徐地说道：

“这第一句名言，便是：莫惋惜已经失去的东西！根据我们的条件，现在请你放开我。”

于是那人便松手放开了它。老鸟落到离他不远的地面继续说道：

“这第二句名言便是：莫相信不可能存在的事情！”说罢，它边叫着边振翅飞上树梢：

“你真是个大傻瓜，如果刚才把我宰掉，你便会从

我腹中取出一颗重量达 30 米斯卡勒、价值连城的大宝石。”

那人闻听，懊悔不已，把嘴唇都咬出了血。他望着树上的鸟儿，仍惦记着他们方才谈妥的条件，便又说道：

“请你快把第三句名言告诉我！”

狡猾的老鸟讥笑他说：

“贪婪的人啊，你的贪婪之心遮住了你的双眼。既然你忘记了前两句名言，告诉你第三句又有何益？！难道我没告诉你：‘莫惋惜已经失去的东西，莫相信不可能存在的事情’吗？你想想看，我浑身的骨肉羽翅加起来不足 20 米斯卡勒，腹中怎么会有一颗重量超过 30 米斯卡勒的大宝石呢？！”

那人闻听此言，顿时目瞪口呆，好不尴尬，脸上的表情煞是可笑……

一只鸟儿就这样耍弄了一个人。老鸟回望着小鸟说：“孩子，你现在可亲眼见识过了？！”

小鸟答道：“是的，我真的见识过了，可这个人怎么会相信在你腹中有一颗超过您体重的宝石，怎么相信



这种根本不可能存在的事情呢?”

老鸟回答说：

“贪婪所致，孩子，这就是人类的贪婪本性!”

承受山一样厚重的压力，忍受冷酷残忍的磨难，
经过惊心动魄的搏浪之后而获得的慷慨豪烈的美丽，
也是人生的一种渴望！



读懂岁月

○○……关小兰

岁月把时光的幕布轻轻一掀，翩翩少年那如梦的
双眸便逝去了天真，蓄满了深沉；岁月把年华的刻刀
缓缓一划，婀娜少女光洁的额头上便抹去了稚嫩，倾
注了成熟。

悠悠岁月，岁月悠悠。曾有过事业成功的喜悦，
也留下了失败的创伤；经历过情感的波折，也忍受过
生活沙砾的灼烫。岁月赋予的并不都是诗意，不都是
灿烂；会让你在叹息中遗憾，会让你于彷徨中感伤。

岁月犹如最公正的法官，它的天平对每一个人都
不偏不向，它赋予人人的礼物也都一样！

在岁月面前，无法在成功的喜悦中久久徜徉，也
别对失败耿耿难忘；在岁月面前，没有闲暇再为玫瑰



梦的失落而忧郁，也无需再去为久已尘封的梦幻而悲伤。轻轻拂面的微风，柔柔照射的月光，宁静的河水，轻歌曼舞，这样的人生谁不希望？但承受山一样厚重的压力，忍受冷酷残忍的磨难，经过惊心动魄的搏浪之后而获得的慷慨豪烈的美丽，也是人生的一种渴望！